

## Punktgenaues Ermitteln

**Cora Besser-Siegmund und Harry Siegmund über limbisches Coaching – befragt von Susann Pásztor**

*Ich habe meinen Bestseller-Roman immer noch nicht geschrieben, obwohl es weder an Einfällen noch an Sprachgewalt mangelt – liegt das etwa an meinem limbischem System?*

Allein nur das Denken an so anspruchsvolle Erfolgs-Begriffe wie „Bestseller“, „Olympiade“ oder „Assessment-Center“ weckt auch bei vielen unserer Klienten einen enormen Leistungsdruck, der im limbischen System mit einem erhöhten neuronalen Erregungsniveau einhergeht. So werden in dieser Region sofort bis dahin schlummernde Stress-Spuren aktiviert, die zu emotionalen Flash-Backs führen. Zufällig coachen wir gerade eine Schriftstellerin, die trotz aller Begabung und Enthusiasmus für ihre Arbeit unbewusst immer wieder in die Gefühls-Erinnerung von quälenden - vor allem todlangweiligen - Schularbeits-szenen mit den Eltern rutschte. Ein Journalist fühlte beim Schreiben mit über vierzig Jahren im Stress immer noch die monatelangen Anstrengungen und Frustrationen von der „Umpolung“ von Links- auf Rechtshänder als kleines Kind. Da sich diese unangenehmen Zustände nicht in Bild und Ton, sondern nur als Gefühl melden, verstehen die Betroffenen oft selbst nicht, warum ihre Begeisterung und Kreativität für das selbstgewählte Ziel plötzlich nachlässt. Derartige „limbische Blockaden“ können durch wingwave schnell und nachhaltig gefunden und gelöst werden. Hat der „Bestseller-Klient“ darüber hinaus noch ein Zeitmanagement-Problem, benötigt er natürlich zusätzlich ein gutes Strategie-Coaching - und als Autor sicher auch einen guten Buchagenten.

*Das Auflösen von Blockaden und die Wiederherstellung des Energieflusses ist das Ziel vieler Behandlungsmethoden. Leider fallen wir nur allzu gern in unsere alten Muster zurück.*



Im NLP denken wir allzu oft, dass alte, unsere Lebensziele behindernden Muster so etwas wie alte Gewohnheiten - verbunden mit einer guten Absicht - sind und behandeln unsere Klienten auch entsprechend dieses Denkmodells. Ein großer Teil behindernder Muster kommt allerdings durch neuronale Mini-Traumata, also regelrechte neuronale Blo-

ckaden oder gar Verwundungen im Emotionsverarbeitungs-Prozess zustande, welche unsere ursprünglichen Erfolgsmuster stören oder sogar verletzen. Sind diese wieder „heil“, kommen die Ressourcen und vor allem die brachliegenden Erfolgsmuster der Coachees wieder voll zum Einsatz, was deutlich zeigt, dass jeder Organismus die gute Absicht hat, von allein nach körperlicher und mentaler Gesundheit zu streben, wenn er nicht gestört wird. Coaching-Klienten haben ja in der Regel schon oft erlebt und gezeigt, dass sie erfolgreich sein können, dass es viele konstruktive Muster in ihnen schon gibt. Der Begriff „Wiederherstellung des Energieflusses“ ist zwar zutreffend, aber für wingwave nicht differenziert genug - so als würde man „Pillen“ sagen und nicht auffächern, ob man Schmerzmittel, Antibiotika oder homöopathische Kügelchen meint. Mit wingwave ermitteln wir punktgenau die „Emotionsorte“, welche die Erfolgsblockade tatsächlich verursacht: Sehr oft spielen Schamgefühle eine größere Rolle als Angst, Abscheu bewirkt eine größere Blockade als Wut. Abscheu bzw. Ekel und Wut erzeugen beispielsweise völlig unterschiedliche physiologische Parameter: Bei Abscheu sinkt die Körpertemperatur, bei Wut und Ärger steigt sie an. Coacht man ohne genaues Testen die nicht-relevante Gefühlssorte, bleibt die Blockade von den Bemühungen unberührt - vor allem auch auf der physiologischen Ebene -, und das störende Missgefühl hält weiter an.



*Heißt das, eine einmalige Sitzung kann ein uraltes Programm ein für alle mal „austricksen“?*

Wenn der Coach punktgenau den emotionalen „Triggerpunkt“ für die Leistungsblockade finden und auflösen kann, kann eine einmalige Sitzung für das Coaching-Ziel oftmals ausreichen - das zeigt auch eine Untersuchung, die wir zur Erfolgskontrolle mit über zwanzig wingwave-Coaches zur Arbeit mit ihren Klienten durchgeführt haben. Wir möchten aber nochmals betonen, dass wir bei wingwave nicht auf funktionierende alte Programme oder Engramme verändernd einwirken. Wir nutzen diese eher, indem wir sie gezielt in nützliche aktuelle Leistungskontexte „einweben“. Die Neurologie und somit auch die Programme oder Engramme eines Menschen sind jedoch

nicht „unkaputtbar“, und deswegen tragen viele Menschen ihre Stress-Erinnerungen an allzu heftige Nackenschläge in ihrem Leben - gespeichert im limbischen System - emotional mit sich herum. Diese Emotionen stecken nun bewegungslos - also ohne „Motio“ (lateinisch: Bewegung) - „in den Knochen“, „wurmen“ „drücken“ oder „lähmen“ und haben ihre ursprünglich positive Funktion verloren. Wird dieser „emotionale Tinnitus“ aufgehoben, können die Energien wieder erfolgreich auf ein Ziel hin gebündelt fließen.

### **Welche Rolle spielt der Myostatiktest? Was ist das überhaupt?**

Dieser Test ist ein Muskeltest aus der Kinesiologie. Hier verwendet man viele verschiedene Testvarianten zur Überprüfung der Muskeltonus-Reaktion eines Klienten in Konfrontation mit verschiedenen Reizen. Beim Myostatiktest testet man den mit Daumen und Zeigefinger gebildeten „O-Ring“ des Klienten. Ursprünglich wurde dieser Test von dem New Yorker Akupunktur-Arzt Y. Omura entwickelt. Wir benutzen den Myostatiktest, um relevante mentale Stress-Reaktionen unserer Coaching-Klienten genau zu erfassen, die dann den präzisen Triggerpunkt für unsere Intervention anzeigen können.

### **Und wer sagt, dass der Tester immer mit gleicher Kraft zieht?**

Diese Frage ist bei allen Kinesiologie-Tests berechtigt. Der von uns benutzte O-Ringtest bzw. Myostatiktest konnte bezüglich dieser Überlegung gut beforscht werden. Der Ingenieur H. Konzelmann entwickelte ein Gerät, welches sicherstellt, dass der Tester beim Myostatiktest immer gleich stark zieht. Bei über 130 Versuchspersonen konnte mit diesem Gerät beweisen, dass sich auch die von uns beschriebenen O-Ringtest-Ergebnisse wiederholen ließen. Andere kinesiologische Tests können nicht ähnlich signifikant beforscht werden, da man hier den Kraftaufwand des Testers nicht so gut isoliert messen kann. Aufgrund der vorliegenden verlässlichen Untersuchungsergebnisse benutzen wir für unsere anspruchsvolle und kritische Coaching-Klientel daher immer diesen O-Ringtest. In der Situation mit unseren Klienten oder Kunden arbeiten wir aber ohne technische Geräte. Denn schon nach kurzer Zeit fühlt der Klient selbst als sein bester Experte sehr deutlich, dass der Coach immer gleich stark zieht und die unterschiedlichen Ergebnisse seine Reaktionen sind.

### **Inwieweit bestätigen Erkenntnisse aus der Gehirnforschung die Annahmen des limbischen Coachings?**

Wir hatten uns früher viele Jahre auf das Gebiet Schmerztherapie spezialisiert. Anfang der 90er Jahre fand man in der Schmerzforschung den Schlüssel zum Geheimnis des bis

dahin medizinisch unerklärlichen Phantomschmerzes, bei dem Patienten Schmerzen an Körperteilen fühlen, die ihnen schon vor Jahren amputiert wurden. Man erkannte und benannte dieses Problem als „Schmerzgedächtnis“ im limbischen System. Die weitere Erforschung dieser „neuronalen Plastizität“ im Rahmen der Psychotrauma-Forschung lässt die Vermutung zu, dass es im limbischen System nicht nur zur Bildung eines chronischen Schmerzgedächtnisses, sondern nach langer oder heftiger Überstrapazierung der Emotionen auch zur Manifestation eines emotionalen „Angst-“, „Wut-“, oder „Hilflosigkeitsgedächtnisses“ kommen kann.

### **Was ist denn nun „limbisches Coaching“?**

Das limbische Coaching ist ein Emotions- und Leistungscoaching, welches gezielt im limbischen System erstarrte Emotionen wieder in Bewegung bzw. in Schwingung bringt und so die Wirkung von limbischen Stresserinnerungen ausbalanciert. Es ist eine Ergänzung zu jedem Strategie- und Fähigkeiten-Coaching, denn Know-how und professionelles Können sind natürlich auch wichtige Voraussetzungen für jeden Coaching-Erfolg.

### **... und was ist „wingwave-Ressourcen-Coaching“?**

Es ist ja bekannt, dass wir beim wingwave mit wachen REM-Phasen (Rapid Eye Movement) und anderen Formen der bilateralen Hemisphärenstimulation arbeiten. Wir nutzen diese Technik auch, um ressourcvolle Zustände unserer Klienten in den Leistungskontext „hineinzuwickeln“, also in die gewünschte Erfolgssituation neuronal hineinzuweben. Inzwischen ist bekannt, dass sich die neuronalen Muster von REM-Phasen und wachen Lernphasen verblüffend ähneln. Vielleicht ist auch dies die Erklärung dafür, dass es uns mit wingwave-Ressourcen-Coaching gelingt, Leistungsphysiologien mit positiven emotionalen Markern aufzuladen.

### **Warum fungieren Sie in Ihrem neuen wingwave-Buch „Erfolge bewegen“ auch als Herausgeber?**

In den letzten drei Jahren hat sich gezeigt, dass wingwave in ganz unterschiedlichen professionellen Kontexten eingesetzt werden kann. Die entsprechenden wingwave-Coaches sind jeweils auf ihr Gebiet beruflich spezialisiert und setzen wingwave als zusätzliches Modul ihres professionellen Repertoires ein. Deswegen beschreiben außer uns noch neun weitere wingwave-Coaches ihre Erfahrungen mit dieser neuen Coaching-Methode. Die Spezialthemen sind u.a.: wingwave im Einsatz für Öffentlichkeits- und Präsentationsfitness, beim Leistungssport, in der Zahnarztpraxis, in der Lernpädagogik, in der Ganzheitsmedizin (wingwave und Akupunktur) und in Kombination mit räumlichem Timeline-Coaching.